

► “教师成长指导”丛书

中小学心理健康教育教师 成长指导与实践案例

主 编 朱 丹 刘 文
副 堂



WUHAN UNIVERSITY PRESS

武汉大学出版社

“教师成长指导”丛书

中小学心理健康教育教师 成长指导与实践案例

主 编 朱 丹 刘 文

副主编 李 亦 喻田堂



WUHAN UNIVERSITY PRESS

武汉大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

中小学心理健康教育教师成长指导与实践案例/朱丹,刘文主编. —
武汉:武汉大学出版社,2018.1

“教师成长指导”丛书

ISBN 978-7-307-19627-8

I. 中… II. ①朱… ②刘… III. 中小學生—心理健康—健康教育—教案(教育) IV. G444

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2017)第 201058 号

责任编辑:黄殊梁茜 责任校对:李孟潇 版式设计:马佳

出版发行:武汉大学出版社 (430072 武昌 珞珈山)

(电子邮件: cbs22@whu.edu.cn 网址: www.wdp.com.cn)

印刷:虎彩印艺股份有限公司

开本:720×1000 1/16 印张:22.25 字数:307千字 插页:2

版次:2018年1月第1版 2018年1月第1次印刷

ISBN 978-7-307-19627-8 定价:45.00元

版权所有,不得翻印;凡购我社的图书,如有质量问题,请与当地图书销售部门联系调换。

丛 书 编 委 会

主 编：蒋 蓉

编委会委员（排名不分先后）：

万湘桂	王建平	尹桂荣	邓 祎	邓 栩	吉 璐
朱 丹	刘 文	刘丽群	李必鑫	李 虹	李 奕
肖 圆	张平柯	张俭明	陈天涯	范 增	欧阳洁
郑 敏	胡春光	袁 梦	郭湘辉	黄 杰	黄朝霞
蒋 蓉	喻思堂	曾晓洁	熊社昕		

总 序

以 2001 年 2 月教育部颁发的《基础教育课程改革纲要(试行)》为标志,我国开始了新一轮基础教育课程改革。这次改革涉及课程的理念、目标、方法、管理、评价等多个方面,是一场课程文化的革新。为了适应这场改革对基础教育师资的要求,一方面要对基础教育师资的职前培养进行改革,另一方面如何培训现有基础教育师资也是一件非常重要的工作。考虑到我国中西部地区农村中小学教师的整体教学水平远远落后于发达地区,教育部、财政部于 2009 年启动了面向我国中西部地区 23 个省市的广大农村中小学教师的“国培计划”。每年投入的培训经费达数亿元,是中华人民共和国成立以来规模最大、受益面最广的一次农村中小学教师国家级培训。2014 年 9 月 10 日教师节,习近平总书记到北京师范大学看望了正在北师大参加“国培”的 50 位贵州小学骨干语文教师并和大家亲切交流。习近平强调,目前,教育短板在西部地区、农村地区、老少边穷岛地区,尤其要加大扶持力度。他希望贵州的老师借助“国培计划”搭建的学习平台,把学到的先进教育理念和科学教学方法带回去,为推进当地基础教育改革、实施素质教育再立新功。2015 年的教师节,总书记还亲自去信问候贵州班的 50 位国培学员,给他们鼓励和鞭策,并寄予了殷切的希望。这充分体现了习近平总书记对教师队伍建设和教师专业成长的重视,也体现了实施“国培计划”项目在基础教育改革中的重要意义。

素有“千年学府,百年师范”美誉的湖南第一师范学院,不仅是我

国基础教育师资特别是小学和学前教师职前培养的重要基地，也是我国基础教育师资职后培训的重要阵地。这所师范学院不仅在基础教育师资职前培养上不断与时俱进，取得了突出成效，而且在基础教育师资职后培训上成绩斐然。2009年“国培计划”项目启动之初，湖南第一师范学院就被教育部选定为首批“国培计划”中小学骨干教师示范性项目的培训院校，同时也是承担湖南省“国培计划”农村小学骨干教师培训任务的主要院校之一，培训质量受到国培考评专家的高度肯定和学员的广泛赞誉。

为进一步加强教师职前职后一体化的研究，探讨基础教育教师的专业成长规律，结合我校小学教师及学前教师的职前培养，以及长期承担的小学语文教师培训、小学科学教师培训、中小学心理健康教育教师培训、幼儿教师和园长培训等“国培项目”，我们不断研究与深化改革。特别是在培训改革的研究方面，我们坚持需求导向，在调研的基础上，根据农村教师队伍建设的特殊需要而有针对性地设置培训项目；坚持理论性培训与实践性培训相结合，突出实践性培训，让学员在观摩和实践中提升教育教学技能和解决实际问题的能力；坚持教育教学培训与信息技术应用相融合，在教学和管理中积极利用信息化成果，提升培训实效，推动教师课堂教学与信息技术深度融合，为全省以及全国中西部的多个省市、自治区培养培训了大批农村中小学及幼儿教师，他们在学习中加深了教育情怀，更新了教学理念，提高了信息技术水平，改进了教学方法，解决了以往教学中遇到的一些教学重点、难点问题。相当多的学员还通过带头和辐射作用，引领了一个片区的学科教学的发展，得到了当地教育行政部门的高度肯定和赞誉。

在当前国家积极推动教师教育队伍建设之际，总结经验，整理并出版培养培训资源，是一项非常有意义的工作。基于这样的考虑，湖南第一师范学院教育科学学院、湖南省重点建设学科“课程与教学论”、湖南省高校哲学社会科学重点研究基地“小学教师教育研究基地”、湖南省综合改革试点专业“小学教育专业”团队组织了一支编写队伍，编写

了《小学语文教师成长指导与实践案例》《小学科学教师成长指导与实践案例》《中小学心理健康教育教师成长指导与实践案例》《幼儿教师成长指导——幼儿园教师国家级培训方案与实践案例》丛书。我们衷心希望这套丛书能为整合教师职前培养与教师职后培训课程资源起到抛砖引玉的作用；为深化基础教育教师队伍建设，特别是加强国培改革、完善培训体系、扩大培训规模、提升培训实效起到促进作用。

“教师成长指导”丛书编委会

2017年6月17日

前言

1999年8月13日，我国教育部第一次针对心理健康教育工作颁发了专题性的文件《关于加强中小学心理健康教育的若干意见》，对心理健康教育工作提出了明确的要求。2002年，教育部印发了《中小学心理健康教育指导纲要》，其中第十三条明确指出：加强师资队伍建设是搞好心理健康教育工作的关键，学校可聘请一定数量的兼职教师或心理咨询人员。2008年，卫生部等17个部门印发《全国精神卫生工作体系发展指导纲要（2008年—2015年）》，其中提出的工作体系建设目标包括：中小学建立心理健康辅导室、设置专职教师并按学校比例配备合格人员。多年过去了，现在中小学已经初步建立了心理咨询室，配备了专兼职心理咨询教师。我们可以看到中小学心理健康教育越来越迸发出勃勃生机。但与此同时，问题也渐渐凸显，主要表现在相关教师知识与技能的系统性、专业性不够；教师解决学生问题能力有所欠缺；即使教师在职前学习了心理学、教育学相关知识，其职后的教育工作依然存在不少局限。因此教师需要有针对性的培训与指导，本书正创作于此背景。

本书以中小学心理健康教育专业成长为线索，结合中小学心理健康教育教师培训等项目，从理论篇、实践篇、教师成长篇三大模块出发，全方位、多角度地阐述了如何构建心理健康教育教师培训体系。理论篇分析了湖南省中小学心理健康教育教师师资现状与教师需求，系统地阐明了中小学心理健康教育教师培训体系的构建体系，从培训主题与培训目标设置到培训专题设置、质量监控体系，呈现了丰富的样例与精练的

理论知识，具有很强的可操作性。本书精选了丰富的课程资源与学习资源、心理健康教育教师培训过程中产生的原创性学习成果以及培训结束后学员继续学习产生的学习成果，案例精练丰富，可借鉴性强。本书既能帮助读者更深入地了解中小学心理健康教育教师专业成长体系，又可以启发读者自主研发有地方特色的教师培养体系，还可以帮助成长中的教师学习中小学心理健康教育知识。

本书成稿于2016年冬季，2017年秋季待出版，历经近一年时间的多次修订与校对。编者虽竭力完善此书，但错误在所难免，有不足之处请读者们见谅。

朱 丹

2017年9月于长沙

目 录

理论篇

第一章 中小学心理健康教育教师队伍分析	3
第一节 中小学心理健康教育教师师资现状分析	5
第二节 中小学心理健康教育教师需求探析	9
第三节 心理健康教育“国培”有效课堂调查	15

第二章 中小学心理健康教育教师培训体系的构建	22
第一节 中小学心理健康教育教师培训体系构建的背景	22
第二节 中小学心理健康教育教师的培训主题与培训目标	25
第三节 中小学心理健康教育培训专题设置	29
第四节 中小学心理健康教育教师培训质量监控	32
第五节 中小学心理健康教育教师培训方案样例	46
第六节 培训实施过程微案例样例	78

实践篇

第三章 中小学心理健康教育课程资源	89
第一节 理念与师德课程资源	89
第二节 专业知识课程资源	104
第三节 专业能力课程资源	133

第四章 中小学心理健康教育教师培训学员研习成果	152
第一节 特色心理健康教育学校案例展	152
第二节 心理健康教育优秀教案集	167
第三节 中小学学生心理问题辅导案例	236
第四节 沙盘游戏辅导案例	266
第五节 中小学心理咨询室建设案例	277

教师成长篇

第五章 培训学员学习反思集	291
第六章 培训学员工作感悟集	297
第七章 培训学员收集专家经典语录	328
附录	336
参考文献	344

理 论 篇

第一章 中小学心理健康教育 教师队伍分析

中小学开展心理健康教育，既是学生自身健康成长的需要，也是社会发展对个体素质的需要。1999年8月13日，我国教育部第一次针对心理健康教育工作颁发了专题性的文件《关于加强中小学心理健康教育的若干意见》，对心理健康教育工作提出了明确的要求。2002年，教育部印发了《中小学心理健康教育指导纲要》，在第十三条指出加强师资队伍建设是搞好心理健康教育工作的关键，根据实际情况，学校可聘请一定数量的兼职教师或心理咨询人员。这对各地中小学开展心理健康教育起到了指导和推动作用。2008年，卫生部等17个部门印发《全国精神卫生工作体系发展指导纲要（2008—2015年）》，其中提出的工作体系建设目标包括：中小学建立心理健康辅导室、设置专职教师并按学校比例配备合格人员，到2010年城市达到40%、农村达到10%；2015年城市达到60%、农村达到30%。为进一步科学指导和规范中小学心理健康教育工作，促进心理健康教育工作全面普及和深入发展，2012年教育部组织专家对《中小学心理健康教育指导纲要》进行了修订完善。在教育部印发的《中小学心理健康教育指导纲要（2012年修订版）》的第十三条指出需要加强心理健康教育教师队伍建设，并指出：心理健康教育是一项专业性很强的工作，必须大力加强专业教师队伍建设。各地各校要制订规划，逐步配齐心理健康教育专职教师，专职教师原则上须具备心理学或相关专业本科学历。每所学校至少配备一名专职或兼职心理健

康教育教师，并逐步增大专职人员配比，其编制从学校总编制中统筹解决。地方教育行政部门要健全中小学心理健康教育教师职务（职称）评聘办法，制订相应的专业技术职务（职称）评价标准，落实好心理健康教育教师职务（职称）评聘工作。心理健康教育教师享受班主任同等待遇。同时在《中小学心理健康教育指导纲要（2012年修订版）》的第十四条提到要大力开展心理健康教育教师培训，切实提高专、兼职心理健康教育教师的基本理论、专业知识和操作技能水平。要在中小学校长、班主任和其他学科教师等各类培训中增加心理健康教育的培训内容，建立分层分类的培训体系。从教育部的文件中不难看出，不管是师资队伍建设还是后期的继续教育培训，国家层面对中小学心理健康教育教师是比较重视的。

2016年2月，湖南省教育厅中共湖南省委教育工作委员会印发了《湖南省教育厅中共湖南省委教育工委2016年工作要点》的通知，在文件第六条指出要加强和改进中小学德育工作，各单位要指导督促中小学抓好心理健康教育，这是省级层面对心理健康工作重视的体现。

对于当前我国中小学生的心理健康现状，研究者在调查中发现，在我国中小学生中主要存在的问题有学习能力较差、人际交往困难、个性发展缺陷、情绪状态消极和社会适应能力较差等。还有研究者们普遍认为，留守学生作为农村中小学生中的特殊群体，有其特有的心理问题，如性格缺陷与行为偏差、人生观与价值观偏移，包括自卑、性格内向、怨恨父母、逆反心理强、情绪消极等，这些都是较为常见的心理健康问题。另外有研究结果显示：中小学教师的心理问题总检出率为31.78%，检出率排在前三位的依次是强迫症状、人际敏感和抑郁。与全国常模相比，被测的9项因子分均值显著高于全国常模，这表明参与调查的部分中小学教师的心理健康程度明显偏低。

近年来，在国家政策的大力支持下，从1999年教育部出台文件开始重视中小学的心理健康教育工作以来，中小学心理健康教育逐步兴起。心理咨询工作虽然也得到了较快发展，但并没有很好地开展起来，

大部分学校甚至连心理咨询室都还没有配备。到目前为止,在国家层面上开展这项工作已经过去了十几年的时间,2008年卫生部颁布的精神卫生工作体系纲要也过了建设期限。为了调查已经经过十多年建设的我国中小学心理健康教育师资队伍目前到底处于一种什么样的状态,中小学心理咨询工作的现状如何?研究以近3年来参加“国培计划”(“中小学教师国家级培训计划”的简称)项目的湖南(311所)和甘肃(86所)两省共397所中小学从事心理健康教育工作的教师为调查对象,采用问卷调查法进行了相关研究。该研究期望通过对心理咨询工作的调查,了解当前中小学心理咨询工作的现状,中小学心理健康教育教师师资现状和一线教师的培训需求,并提出一些有效的改进建议,从而更有针对性地设置培训课程,提高培训的实效,并提出一些有效的改进建议。

第一节 中小学心理健康教育教师师资现状分析

参与调查的为397所学校的397名教师,其中有男性教师108名,女性教师289名,从性别比例看符合我国的教师队伍国情,中小学女教师占多数,男教师偏少。在学历层面上,研究生学历5人,大学本科267人,专科123人,高中和其他学历2人。本科及以上学历占69.8%。职称结构方面,在从事心理健康教育的中小学教师中,小学高级职称教师133人(占33.5%)、小学一级职称教师140人(占35.3%)、小学二级职称教师10人(占2.5%)、小学三级职称教师5人(占1.3%)、中学高级职称教师43人(占10.8%)、中学一级职称教师27人(占6.8%)、中学二级职称教师29人(占7.3%)、其他职称教师10人(占2.5%)。参加心理健康教育培训的教师中,来自农村的教师为114人(占28.7%)、乡镇的教师为119人(占30.0%)、县城的教师为123人(占31.0%)、地级市的教师为41人(占10.3%)。397人中有78.1%的教师进行过个别心理咨询,54.9%的人进行过团体心理咨询。

一、中小学心理健康教育师资配置

调查的中小学心理健康教育师资配置主要分为硬件设施和软件配置两个方面，具体如下：

1. 硬件设施方面

从 397 所学校的调查结果来看，这 397 所学校中设置了心理咨询室的学校有 179 所，占 45.1%；经常使用心理咨询室的学校仅有 41 所，占 10.3%。这说明大多数学校只是挂了心理咨询室的牌子，却没有实质性地开展心理咨询工作。其原因主要是经济支持不足和领导的认知方向有误。虽然一些学校领导认识到心理健康教育的重要性，但由于得不到上级有关部门的支持而没能建立起心理咨询室；除此之外，由于受应试教育的影响，学校乃至教育主管部门在考核教育绩效时以升学率为主要指标，考评机制中并不包含心理健康教育工作的考核，因而在心理健康教育的硬件设施上，大多学校没有真正落实到位。

2. 软件配置方面

从 397 所学校的调查结果来看，这些教师担任的工作，有 38 所学校的老师为专任心理健康教师，占 9.6%；其他均为兼任心理健康教育教师，兼职心理健康教育教师的比例占 90.4%。从另一个角度来看，只有 9.6% 的学校配备了专任心理教师，实际情况与《全国精神卫生工作体系发展指导纲要（2008—2015 年）》中 2015 年城市达到 60%、农村达到 30% 的目标相差非常远，我国中小学心理健康教育专任教师还非常缺乏。

心理健康教育教师为心理学专业背景的学校有 84 所，占 21.2%；教育学专业背景的学校有 61 所，占 15.4%；配备二级心理咨询师的学校有 44 所，占 11.1%；配备三级心理咨询师的学校有 28 所，占 7.1%。由此可看出，当前学校心理健康教育的师资力量还十分薄弱。同时，从